



## Lignes d'écoute et de soutien psychologiques actives pendant l'été

le 27 juin 2020

*Dispositifs d'aide proposant écoute, conseil, soutien et orientation par téléphone ou par internet. Cette liste, non exhaustive, recense des dispositifs nationaux d'aide à distance qui restent actifs cet été, en lien ou non avec l'épidémie (les appels téléphoniques ne sont pas surtaxés). La disponibilité des services a été vérifiée en direct ou sur leurs sites internet respectifs. Les lignes sont classées par ordre alphabétique. (Mis à jour mercredi 27 juin)*

### SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

**Cellule nationale de soutien psychologique COVID-19 (<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>)**

Aide pour la population française en détresse psychologique pendant l'épidémie (Ministère de la santé)

**0 800 130 000 (7j/7 24h/24)**

**Croix-Rouge écoute (**

<https://www.croix-rouge.fr/Nos-actions/Action-sociale/Ecoute-acces-aux-droits/Croix-Rouge-Ecoute-service-de-soutien-psychologique-par-tel>  
)

Service de soutien par téléphone (solitude, dépression, violence, addictions...)

**0 800 858 858 (7j/7 8h à 20h)**

**Mieux traverser le deuil (<https://mieux-traverser-le-deuil.fr/>)**

Plateforme d'écoute pour les personnes endeuillées

**tchat en cliquant sur l'icône en page d'accueil en bas à gauche (7j/7 24h/24)**

**SOS Amitié (<http://www.sos-amitie.com/>)**

Accueil et écoute des personnes en détresse et de leur entourage

**09 72 39 40 50 (7j/7 24h/24)**

01 46 21 46 46 (langue anglaise)

**SOS Confinement (<http://www.samu-social-international.com/site/sos-confinement-0800-19-00-00/>)**

Pour toute personne inquiète ou angoissée, qu'elle soit confinée ou déconfinée

**0800 19 00 00 (7j/7 9h-21h)**

**Solitud'Écoute (**

<https://www.petitsfreresdespauvres.fr/nos-actions/accompagner-des-personnes/actions-d-accueil/a-l-ecoute-de-la-solitude.html>)

Pour personnes de plus de 50 ans en situation d'isolement

**0 800 47 47 88 (7j/7 15h-20h)**

-----  
**Agri'Ecoute** (<https://www.msa.fr/lfy/solidarite/prevention-suicide>)

Ligne d'écoute, à destination des agriculteurs en souffrance psychologique et leur entourage

**09 69 39 29 19 (7j/7 24h/24)**

**Aide aux victimes** (<https://www.france-victimes.fr/>)

Informations et écoute par des professionnels pour les victimes d'agression, vol, harcèlement, accident de la circulation, catastrophe naturelle, etc.

**116 006 (7j/7, 9h-19h) ou par mail [victimes@france-victimes.fr](mailto:victimes@france-victimes.fr)**

**Autisme info Service** (<https://www.autismeinfoservice.fr/>)

Dispositif gratuit et national, d'écoute, aide, information et orientation par téléphone, mail et chat, pour les personnes avec autisme, leur entourage et les professionnels intervenant à leurs côtés.

**0 800 71 40 40 (lundi au vendredi 9h-13h + mardi 18h-20h)**

**Avec nos proches** (<https://www.avecnosproches.com/>)

Ligne nationale des aidants, tenue par une trentaine d'écouterants bénévoles.

**01 84 72 94 72 (7j/7 8h-22h)**

**Cellule de soutien psychologique pour les chefs d'entreprise (**

<https://www.economie.gouv.fr/mise-en-place-cellule-ecoute-soutien-psychologique-chefs-entreprise>)

Soutien, information et orientation des entrepreneurs "en détresse" en cette période de crise économique et sanitaire (avec l'Association APESA, Aide psychologique aux entrepreneurs en souffrance aiguë)

**0805 65 50 50 (7j/7 8h-20h)**

**Centre national des soins palliatifs et de la fin de vie - Plateforme nationale "Besoin d'écoute" (**

<http://www.spfv.fr/ecoute-info/plateforme-nationale-decoute/besoin-decoute-et-dinformation>)

**01 53 72 33 04 (lundi au vendredi de 10h-13h et 14h-17h - rappel gratuit possible)**

**Écoute Défense (**

<https://www.defense.gouv.fr/sante/dossiers-complementaires/classeur-stress-post-traumatique/contacts-ecoute-defense>)

Écoute, information, orientation des militaires, ex-militaires, familles de militaires et civils de la défense exposés à des situations de stress

**0 808 800 321 (7j/7 24h/24)**

**Le Refuge** (<https://www.le-refuge.org/>)

Accueil, soutien, information, orientation des jeunes LGBT victimes d'homophobie ou de transphobie et en situation de rupture familiale

**06 31 59 69 50 (7j/7 24h/24)**

**Ligne Azur** (<http://www.ligneazur.org/>)

Information et soutien contre l'homophobie et pour la prévention du comportement suicidaire

**0 810 20 30 40 (7j/7 8h-23h) et par [formulaire mail \(https://www.ligneazur.org/poser-ma-question/\)](https://www.ligneazur.org/poser-ma-question/)**

**Police nationale, ligne de soutien psychologique (**

[https://lannuaire.service-public.fr/gouvernement/administration-centrale-ou-ministere\\_166976](https://lannuaire.service-public.fr/gouvernement/administration-centrale-ou-ministere_166976))

Réseau externe de psychologues pour les policiers en souffrance

**0805 230 405 (7j/7 24h/24)**

**Police nationale, service de soutien psychologique opérationnel (SSPO, ministère de l'Intérieur) ([https://lannuaire.service-public.fr/gouvernement/administration-centrale-ou-ministere\\_166976](https://lannuaire.service-public.fr/gouvernement/administration-centrale-ou-ministere_166976))**

Service d'aide psychologique aux policiers

**01 80 15 47 09 (heures de bureau) ou 01 80 15 47 00 (soirs, nuits, week-ends et jours fériés)**

**Sida info service (<https://www.sida-info-service.org/>)**

Réponses aux interrogations liées au VIH/Sida

**0 800 840 800 (7J/7 8h-21h)**

**SOS Détenus (<http://www.arapej.fr/services-numero-vert.html>)**

Service d'information juridique et sociale qui répond aux besoins d'information des familles confrontées à l'incarcération d'un proche.

**0800 870 745 (lundi au vendredi 9h-17h)**

**SOS Homophobie (<https://www.sos-homophobie.org/ligne-ecoute>)**

Service d'écoute téléphonique nationale pour les personnes victimes ou témoins, d'actes ou de discriminations lesbophobes, gayphobes, biphobes ou transphobes. Ce service est anonyme.

**Tchat écoute (<https://www.sos-homophobie.org/chat>) (7j/7 18h-20h) et RV de rappels par téléphone, inscription sur le site**

**SOS Suicide Phénix (<http://www.sos-suicide-phenix.org>)**

Accueil et écoute des personnes en souffrance psychologique ou confrontées au suicide et de leur entourage

**01 40 44 46 45 (7j/7 13h-23h)**

**SOS Surdus (<https://www.sos-surdus.fr/>)**

Soutien, écoute, conseil, information et orientation des personnes sourdes

**(7j/7 10h-23h)**

Skype : sos.surdus (webcam + chat + vidéo)

MP Facebook : SOS Surdus (webcam + chat + video)

Mail : sossurdus31(arobase)gmail(point)com

**Suicide Ecoute (<https://suicide-ecoute.fr/>)**

Accueil et écoute des personnes en grande souffrance psychologique ou confrontées au suicide et de leur entourage

**01 45 39 40 00 (7j/7 24h/24)**

**Surdi Info (<http://www.surdi.info/>)**

Information, orientation des personnes sourdes ou malentendantes, de leur entourage, des professionnels qui les accompagnent

**06 13 70 49 77 (téléphone et SMS) (lundi au vendredi 9h-19h)**

## **PROFESSIONS DE SANTE**

**Aide et dispositif d'orientation des pharmaciens (ADOP) (<https://www.adop.help/>)**

Information et orientation par et pour les pharmaciens et pharmaciennes

**0 800 73 69 59 (7j/7 24h/24) et par mail [contact\(arobase\)adop\(point\)help](mailto:contact(arobase)adop(point)help)**

### **Centre national de gestion (CNG) (**

**<https://www.cng.sante.fr/actualites/gestion-de-crise-covid-19-cng-lance-dispositif-de-soutien-aux-directeurs>)**

Dispositif de soutien psychologique aux directeurs et directrices d'hôpital, d'établissement sanitaire social et médico-social et directeurs des soins qui ressentent le besoin d'échanger, en dehors de tout lien professionnel

**0 800 203 007 (7j/7 24h/24)**

### **Entraide ordinale (<https://www.conseil-national.medecin.fr/publications/actualites/numero-vert-lentraide-ordinale>)**

Ecoute et assistance de tous les soignants, médecins et internes en médecine assurée par le Conseil national de l'Ordre des médecins

**0 800 288 038 (7j/7 24h/24)**

### **Soins aux professionnels en santé (SPS) (<https://www.asso-sps.fr/covid19>)**

Soutien psychologiques aux soignants

**0 805 23 23 36 (7j/7 24h/24)**

## **TROUBLES PSYCHIQUES**

### **Argos2001 (<http://www.argos2001.fr/?page=permanence>)**

Aide aux personnes souffrant de troubles bipolaires et à leurs proches

**01 46 28 01 03 (lundi au vendredi 10h-13h)**

### **France dépression (<https://francedepression.fr/>)**

Aide aux personnes souffrant de troubles dépressifs ou bipolaires et à leurs proches

**07 84 96 88 28 (lundi au vendredi 14h-19h00)**

### **Écoute Famille Unafam (<https://www.unafam.org/>)**

Information, orientation et soutien psychologique de personnes confrontées aux troubles psychiques d'un proche

**01 42 63 03 03 (lundi au vendredi 9h-13h et 14h-18h)**

### **Les Funambules Falret (<http://www.lesfunambules-falret.org/>)**

Soutien, écoute et conseil pour les personnes de 7 à 25 ans vivant avec un proche ayant des troubles psychiques

**01 84 79 74 60 (lundi 17h-20h, mardi 10h-13h, mercredi 17h-20h et vendredi 10h-13h)**

**RV tél par mail [LesFunambules\(arobase\)oeuvre-falret.asso\(point\)fr](mailto:LesFunambules(arobase)oeuvre-falret.asso(point)fr)**

### **Réseau français sur l'entente de voix (REV France) (<http://revfrance.org/>)**

Propose une approche des voix et des autres perceptions, expériences ou vécus inhabituels, respectueuse des personnes et de leur expertise.

**Un tchat (<http://revfrance.org/groupe-en-ligne-et-par-tchat/>) (7j/7) et une visioconférence à 18h (lundi, mercredi, vendredi, dimanche)**

### **Schizo ? Oui ! (<http://www.schizo-oui.com/>)**

Information, orientation et soutien psychologique par et pour des personnes concernées par des troubles schizophréniques

**01 45 89 49 44 (lundi, mercredi et vendredi 14h30-18h)**

## **ADDICTIONS**

**Alcool Info Service (<https://www.alcool-info-service.fr>)**

Information, soutien, conseil et orientation pour les personnes en difficulté avec l'alcool, et pour leurs proches

**0 980 980 930 (7j/7 8h-2h)**

**Drogue info service (<http://www.drogues-info-service.fr/>)**

Information, soutien, conseil et orientation pour les personnes en difficulté avec l'usage de drogues et pour leurs proches

**0 800 23 13 13 (7j/7 8h-2h)**

**Écoute Cannabis (<http://www.drogues-info-service.fr/>)**

Information, soutien, conseil et orientation pour les personnes en difficulté avec l'usage de drogues et pour leurs proches

**0 980 980 940 ((7j/7 8h-2h)**

**Joueurs Info Service (<http://www.joueurs-info-service.fr/>)**

Information, soutien, conseil et orientation pour les personnes en difficulté avec leur pratique de jeux et pour leurs proches

**0 974 75 13 13 (7j/7 8h à 2h)**

**Tabac info service (<https://www.tabac-info-service.fr/Le-39-89>)**

Information, conseil et aide à l'arrêt du tabac. Service de coaching personnalisé par Internet

**39 89 (lundi au samedi 10h-18h)**

## ENFANTS, JEUNES ET PARENTS

**Allo Ecoute Ado (<http://www.alloecouteado.org/>)**

Écoute anonyme et confidentielle pour les adolescents

**06 12 20 34 71 (lundi au samedi 17h-20h)**

**Allo Ecoute Parents (<https://www.alloecouteparents.org/actualite/allo-ecoute-parents-reste-ouvert/>)**

Écoute, aide, soutien à la parentalité

**06 01 18 40 36 (lundi au samedi 17h-20h)**

**Allo Parents bébé (Association Enfance et partage) (<https://enfance-et-partage.org/la-prevention/allo-parents-bebe/>)**

Des professionnels de la petite enfance à l'écoute des parents d'enfants de moins de trois ans

**0 800 00 3456 (lundi au vendredi 10h-13h et 14h-18h)**

**Allo Parents en crise (Ecole des parents et des éducateurs) (<https://www.ecoledesparents.org/>)**

Des psychologues, éducateurs, médiateurs familiaux à l'écoute des parents angoissés ou à bout

**0 805 382 300 (lundi au samedi 10h-22h)**

**Enfance & Covid (<http://www.enfance-et-covid.org/>)**

Accompagnement et soutien pour les parents, les futurs parents, les professionnels de l'enfance et l'école à la maison

**0 805 827 827 (lundi au samedi 10h-17h)**

Par mail [contact\(arobase\)enfance-et-covid\(point\)org](mailto:contact(arobase)enfance-et-covid(point)org)

**Enfants disparus (<http://www.116000enfantsdisparus.fr>)**

Accueil, écoute, soutien de parents d'enfants disparus

**116 000 (24h/24 et 7j/7)**

**Fil santé jeunes (<http://www.filsantejeunes.com/>)**

Écoute anonyme, information et orientation des jeunes de 12 à 25 ans

**0 800 235 236 (7j/7, 9h-23h)**

**Chat individuel** (<https://www.filsantejeunes.com/tchat-individuel>) **I (7j/7, 9h-22h)** et **Espace en ligne** **Pose tes questions** (<https://www.filsantejeunes.com/boites-a-questions>)

**Les Funambules Falret** (<http://www.lesfunambules-falret.org/>)

Écoute et soutien pour les personnes de 7 à 25 ans vivant avec un proche qui a des troubles psychiques

**01 84 79 74 60 (lundi 17h-20h, mardi 10h-13h, mercredi 17h-20h et vendredi 10h-13h)**

**par mail** [LesFunambules\(arobase\)oeuvre-falret.asso\(point\)fr](mailto:LesFunambules(arobase)oeuvre-falret.asso(point)fr)

**Net Écoute** (<http://www.netecoute.fr/>)

Pour les enfants et les ados confrontés à des problèmes sur Internet (contacts dangereux, cyber-harcèlement, usurpation d'identité, dépendance aux jeux vidéo) ainsi que leurs parents et les professionnels concernés

**0 800 20 00 00 (lundi au vendredi 9h-20h, samedi 9h-18h)**

**Phare enfants-parents** (<https://www.phare.org/web/guest>)

Prévention du mal-être et du suicide des jeunes. Écoute pour les parents et les enfants en souffrance, soutien aux parents endeuillés par suicide

**01 43 46 00 62 (lundi au vendredi 10h-17h)**

## VIOLENCES FAMILIALES ET CONJUGALES

**En cas de danger grave et immédiat, appelez la police (17), la gendarmerie (112), les pompiers (18) ou le SAMU (15).**

**Stop maltraitance Stop conflit (Association Enfance et partage)** (<https://enfance-et-partage.org/la-maltraitance/stop-maltraitance/>)

Pour parler d'une situation de maltraitance : écoute et accompagnement pour les victimes et leurs familles

**0 800 05 1234 (lundi au vendredi, 10h-18h)**

**Violences Femmes Info (Solidarité Femmes)** (<http://www.solidaritefemmes.org/actualites/cp-fnsf-3919-equipesmobilisees>)

Numéro d'écoute national et anonyme pour les femmes victimes de violences, leur entourage et les professionnels concernés

**39 19 (lundi au vendredi 9h-22h, samedi dimanche jours fériés 9h-18h)**

**Toutes les coordonnées Solidarité Femmes (Écoute, conseils et orientations) en métropole et aux Antilles** (<http://www.solidaritefemmes.org/actualites/assos-sf-mobilisees>)

**Viols Femmes Informations (Collectif féministe contre le viol)** (<https://cfcv.asso.fr/>)

Numéro d'écoute national et anonyme, destiné aux femmes victimes de viol ou d'agressions sexuelles, aux proches bienveillants et aux professionnelles et professionnels

**0 800 05 95 95 (lundi au vendredi 10h-19h)**

## DROITS ET SIGNALEMENT

**En cas de danger grave et immédiat, appelez la police (17), la gendarmerie (112), les pompiers (18), le SAMU (15) ou le numéro d'urgence pour les personnes ayant du mal à entendre ou à parler (114)**

**Allô Enfance en danger** (<http://www.allo119.gouv.fr/>)

Écoute, assistance et orientation des personnes confrontées à des situations de maltraitance à enfants, appel anonyme

**119 (7j/7 24h/24) et formulaire de signalement en ligne (<https://www.allo119.gouv.fr/recueil-de-situation>)**

**Arrêtons les violences faites aux femmes (Secrétariat d'Etat égalité femmes hommes) (**

**<https://arretonslesviolences.gouv.fr/>)**

Plateforme de signalement des violences faites aux femmes, permet aux victimes ou aux témoins de signaler de manière anonyme et de bénéficier d'assistance

**Signalement en ligne (<https://www.service-public.fr/cmi>) (7j/7 24h/24)**

**Fédération 3977 (<https://3977.fr/>)**

Lutte contre la maltraitance envers les personnes âgées et les personnes en situation de handicap

**3977 (lundi au vendredi 9h-19h)**

**Santé info droits (France Assos Santé) (<https://www.france-assos-sante.org/sante-info-droits/>)**

Ligne d'informations juridiques et sociales constituée de juristes et avocats qui ont vocation à répondre à toutes questions en lien avec le droit de la santé.

**01 53 62 40 30 (lundi, mercredi et vendredi 14h-18h / Mardi, jeudi 14h-20h) et par formulaire en ligne sur le site**